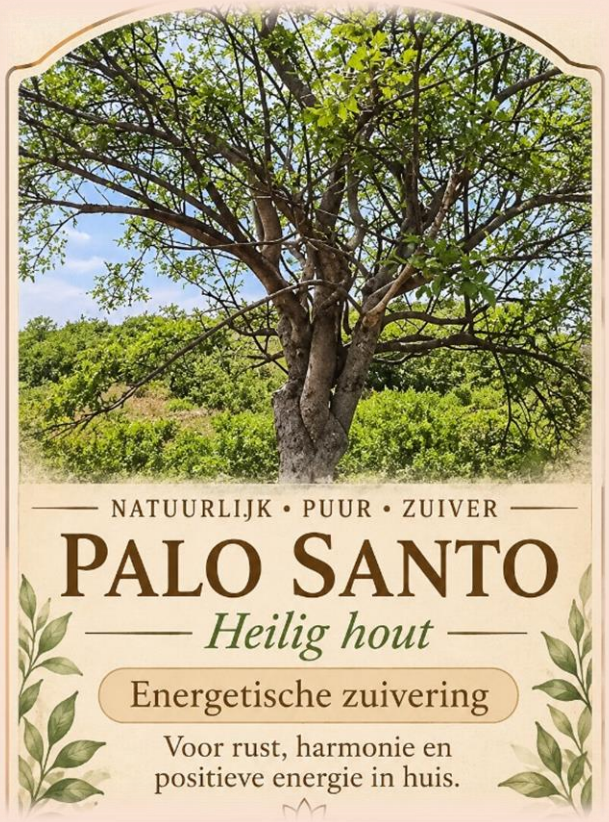


🌿 Waarvoor wordt Palo Santo gebruikt?

Palo Santo betekent letterlijk 'heilig hout' en komt voornamelijk uit Zuid-Amerika. De boom moet ouder zijn dan 30jaar en na het kappen rust kennen.

Het wordt traditioneel voor verschillende doeleinden gebruikt:

Energetische zuivering
Volgens spirituele tradities helpt de rook om negatieve energie uit een ruimte te verdrijven en een frisse, positieve sfeer te creëren.

Rust en ontspanning
De warme, houtachtige geur met lichte citrus- en harsachtige toetsen kan helpen om een rustgevend moment te creëren.

Meditatie en mindfulness
Veel mensen branden Palo Santo voor meditatie, yoga of een moment van stilte.

Een ruimte verfrissen
Het verspreidt een aangename, natuurlijke geur in huis.

Een ritueel bij een nieuw begin
Bijvoorbeeld na een moeilijke periode, bij een verhuis of wanneer je bewust een nieuwe energie in huis wilt verwelkomen.

Mijn tip: gebruik het vooral als een bewust rustmoment,
waarbij je even stilstaat bij de sfeer en energie die jij in je huis wilt creëren. 🌿



1. **Steek het uiteinde van het houtstokje aan.**
2. **Laat het ongeveer 20 à 30 seconden branden.**
3. **Blaas de vlam uit.**
4. **Laat het stokje zachtjes roken.**
5. **Beweeg ermee door de ruimte of laat het op een vuurvaste schaal rusten.**

Open eventueel een raam. Je hoeft het stokje niet volledig op te branden. Je kan het meerdere keren gebruiken.

Aandachtspunten en gebruik: *energetische zuivering is een spirituele traditie en geen wetenschappelijk bewezen werking. Gebruik Palo Santo met mate, want de rook kan de luchtwegen irriteren. Ventileer goed en laat brandend hout nooit onbeheerd achter.*

GM-WENSBOOM